



## Communiqué de presse

### Bonne année chanceuse avec "I Love Fruit & Veg from Europe"

Rome, 27 décembre 2023 - Fruits ronds, fruits secs et légumes verts : voici les aliments porte-bonheur qui apportent la richesse.

**Manger des fruits et des légumes est bénéfique toute l'année**, mais lors du réveillon du Nouvel An, les consommer prend une valeur supplémentaire car **ils apportent bien-être et prospérité**. Bonne chance, abondance, argent et santé, en effet, riment avec **fruits ronds et légumes verts**. Ainsi, en jouant avec la symbolique et les croyances populaires, pour une nouvelle année saine et prospère, **il faut commencer par la table** : c'est le vœu du projet "**I Love Fruit & Veg from Europe**", promu par les organisations Agritalia, A.O.A., La Deliziosa, Meridia, Terra Orti et cofinancé par la **Commission européenne**, dans le but de promouvoir la consommation consciente de produits horticoles européens de qualité, y compris dans leurs versions biologiques et AOP / IGP. Pour le réveillon du Nouvel An, ne doivent pas manquer : **fruits secs, grenade, dattes, chou et brocoli**. **Les fruits, de préférence ronds**, rappellent la forme des pièces de **monnaie**, tandis que **les légumes, mieux s'ils sont verts**, évoquent l'**espoir** et les "**verdoni**", l'argent.

Une **place d'honneur** revient également aux **fruits secs**, porte-bonheur par excellence en **France**, où l'on doit en manger treize types différents. En **Italie**, sept suffisent. Dans la Rome antique, les fruits secs étaient un symbole de bon augure, surtout pendant les mariages. Les fruits secs à coque dure et à l'intérieur tendre comme les amandes, les noix et les noisettes sont ensuite devenus des symboles chrétiens.

**Autre fruit chanceux, la grenade**, aimée des déesses Junon et Vénus, et, dans la mythologie grecque et romaine, représentative de la **richesse**. Sous sa peau se cachent des graines rouges et juteuses à utiliser pour enrichir en goût et en beauté de nombreux plats.



CO-FUNDED BY THE  
EUROPEAN UNION

THE EUROPEAN UNION SUPPORTS  
CAMPAIGNS THAT PROMOTE A WIDE  
VARIETY OF AGRICULTURAL PRODUCTS.





Les **dattes**, douces et charnues, sont aussi des fruits porte-bonheur, et dans ce cas aussi, la croyance remonte aux Romains qui avaient l'habitude de les offrir en cadeau à leurs amis et parents pour leur souhaiter bonne chance. Pour les temps modernes, voici une entrée gourmande et porteuse de bonnes augures : des dattes avec du fromage mascarpone et des noix.

Beaucoup de fruits verts avec les variétés de choux, qui sont nombreuses et apportent santé et richesse : **brocolis, brocolis, chou-fleur, choux de Bruxelles, chou**. Leurs propriétés bénéfiques sont multiples et grâce à la grande quantité de fer, de calcium végétal et de sels minéraux, ils sont parmi les légumes les plus nutritifs que l'on trouve dans la nature.

Joyeuses fêtes de la part de I Love Fruit & Veg from Europe. Profitez-en !  
[www.ilovefruitandvegfromeurope.com](http://www.ilovefruitandvegfromeurope.com)

Contact Média  
[info@ilovefruitandvegfromeurope.com](mailto:info@ilovefruitandvegfromeurope.com)



CO-FUNDED BY THE  
EUROPEAN UNION

THE EUROPEAN UNION SUPPORTS  
CAMPAIGNS THAT PROMOTE A WIDE  
VARIETY OF AGRICULTURAL PRODUCTS.

